

CLEAN GAS NETWORK

クリーンガスは、安全で経済的なエネルギー＝LPGガスをより快適にご利用いただくシステムの総称です。クリーンガスネットワークは、クリーンガスをお届けする企業グループが地域のお客様にエネルギーと暮らしの情報をお伝えするコミュニティ・メディアです。

ガスで快適な SDGs ライフ!!

SDGsにつながる キッチンリフォーム

リビングとともに、私たちの暮らしの真ん中にあるキッチン。近年は一体化が進み、家族みんなでお料理をつくり、団らんを楽しむご家庭も増えています。一方で、キッチンは毎日水やお湯、そしてガスを使うし、食材を調理します。このため、サステナブル(持続可能)な社会を目指すには、まずこのキッチンのあり方と使い方を見直したいものです。

「コロナで
ご不満が増加

withコロナ下で、「家でよくやるようになったこと」の一つに、「お料理」があります。このため、ガスコンロの出荷が、2020年度は8.7%も増えました(メーカー団体調べ)。

でも、これにともない、「使い勝手が悪い」「片付かない」「暗い・寒い」といったキッチンへのご不満も増えました。また、「みんなでお料理し、楽しく食べたい」と、キッチンをリビングの主役に据えるリフォームも目立っています。

「快適&お得&SDGs」
を実現

キッチンのリフォームを考えると、使い勝手の向上とともに、省エネによる家計負担の軽減、そしてSDGsの実現につながります。

●例えば、ガス食器洗い乾燥機を入れる、水栓をセンサー付きタッチレスにすることで、大幅な節水が実現。省エネ・省コストになるうえ、【目標6:安全な水とトイレを世界中に】に貢献します。

●また、ビルトインコンロ(Siセンサーコンロ)は、燃焼効率が従来型に比べて1割以上も向上しているのので、その分、CO2の排出量が抑えられ、さらに省コスト。【目標7:エネルギーをみんなに、そしてクリーンに】と【目標13:気候変動に具体的な対策を】に貢献します。

●さらに、食洗機は、家事を時短化するうえ、家族みんなが楽しく調理することで【目標5:ジェンダー平等を実現しよう】につながります。

これは、家事負担の重さを理解している私たちガス販売会社が最も伝えたいことでもあります。リフォームを検討されているご家庭はまず、水まわり・お湯まわりのプロである私たちガス販売会社にお声がけください。

10年ひと昔 あの時・あの頃 8月のできごと

5年前
2017年
(平成29年)

ロンドンで開催された陸上世界選手権の男子4×100mリレーで、日本が銅メダルを獲得。世界選手権の同種目で日本のメダル獲得は初めて(12日)。

10年前
2012年
(平成24年)

ロンドンオリンピックが閉幕し、日本のメダル総数は38個。柔道・男子が初の金なしとなったが、レスリングだけで金4つと目覚ましい活躍(12日)。

15年前
2007年
(平成19年)

横綱・朝青龍が巡業を休んでいる間、モンゴルでサッカーをしていたとして2場所の出場停止および減俸、謹慎処分。横綱の出場停止は初(1日)。

20年前
2002年
(平成14年)

多摩川の丸子橋付近に出現したオスのアゴヒゲアザラシが話題に。「タマちゃん」の愛称で一躍人気となり、連日報道された(7日)。

住まいのワンポイントチェック キッチン

キッチンを快適に使用するコツは、こまめな清掃。排水トラップは週1回程度、コンロは使用後に都度励行しましょう。メンテナンスの目安は、5年:ねじの締付け/扉の調整、10年:ねじの点検・交換/パッキンの取替え、15年:ねじの締付け/扉の調整、20年:本体の取替え検討です。

今日から 始められる SDGs 再利用・リサイクル

再利用やリサイクルに努めれば、資源を有効利用できるし、ゴミを少なくできて、焼却による環境への悪影響が減らせます。フリマアプリの利用もお勧めです。

【13:地球変動に具体的な対策を】や【14:海の豊かさを守ろう】【15:陸の豊かさを守ろう】に貢献します。



そもそも肩こりって? 「肩が凝る」という言葉は誰が言いだしたのでしょうか。夏目漱石とされて

います。なかなか言い得ている表現とは思われませんか。

肩こりは、同じ姿勢をとり続けることなどで血流が循環障害を起こし、栄養分や酸素が行き届かないために起こります。疲労物質が蓄積して刺激し、肩こりになるのです。

だから、肩こりを防ぐには、時々姿勢を変えたり、リラックスしたりしましょう。軽い体操がもっともよいようです。

一般的には湿布などを貼って対処します。でも重症の場合は、病院で筋弛緩剤や抗不安剤などを処方してもらいます。なお、肩こりには、内臓の病気が原因の場合もありますので侮ってはいけません。

間違いさがし



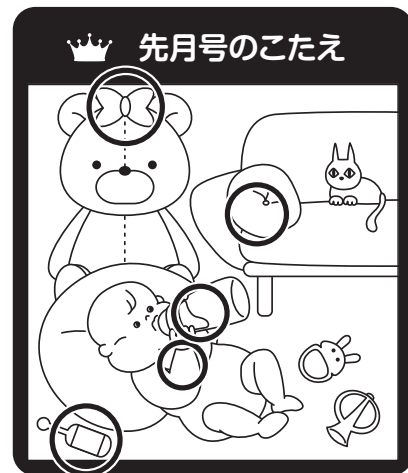
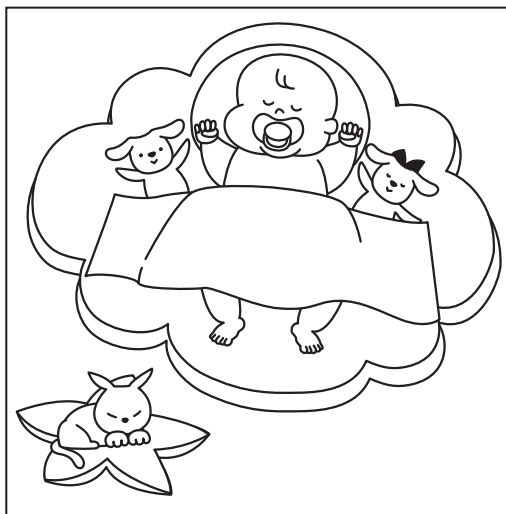
下の左右の絵を比べると、5つのちがいがあります。
ちがうところに○印をつけて切り取り、はがきに貼って当社まで送ってください(住所は表面をご覧ください)。
正解者の中から抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。

※締切は8月31日(消印有効)。
※店内にも用紙をご用意していますので、皆様どうぞご応募ください。
※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。
※本紙へのご感想、ご意見もお書きください。

まちがいを5つつけてね



ご応募をお待ちしています!



冷たいかぼちゃのスープ

冷たいスープは少しハードルが高い料理ですが、このレシピは少ない材料で、かんたんに作れます。コンソメや生クリームを入れなくても、とっても美味しくできます。

材料 (2人分)

かぼちゃ…1 / 4個
砂糖…大さじ2
塩…小さじ1
水…100cc
豆乳(または牛乳)
…400cc

- 1 かぼちゃは種を取り、2~3cm 角くらいに皮ごと切る。
- 2 鍋に①と砂糖、塩、水を入れ、柔らかくなるまで煮る。柔らかくなる前に水分が無くなりそうになったときは少し水を足す。
- 3 鍋の中でフォークなどで潰して、粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やす。
- 4 ③に冷やした豆乳を入れてよく混ぜる。

※ハンドミキサーなどがあれば、よりなめらかに!

かぼちゃには、β-カロテン、ビタミンC、ビタミンEが含まれていて、抗酸化作用で免疫力アップが期待できます。むくみを防ぐカリウム、便秘改善に役立つ食物繊維も多く含まれています。

また、皮にはビタミンC以外の栄養素が多く含まれているので、できれば皮ごと使しましょう。

固くて包丁がはいらないときには、ラップに包み電子レンジで調理してから切ると、楽に切れます。

甘い味付けが苦手な方は、お肉と一緒に炒めても美味しくいただけます。

クリーンガス・スタッフからひと言

CGNの間違い探し受付

弊社の公式ライン活用してみてね

ハガキでなくてもLINEでの受付もしています
間違い探しをした写真とお名前の送信でOK!

お得な情報やクーポンの発行

困った時にはラインAIチャット

症状を入力してもらったら答えが出る
急な時にはまず調べてみたりできます

便利な問い合わせ

写真や動画を送ってもらうと営業時間内
であれば詳しいスタッフから返答させていただきます。

業務の関係上少しお時間を頂くこともあります



LINE



Instagram

